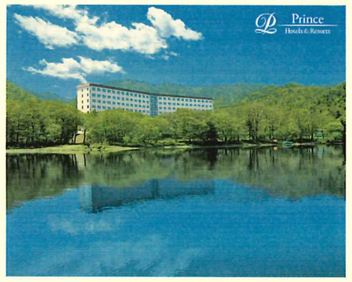
屈斜路プリンスホテル会員割引助成





この度、パレットくしろの指定宿泊施設になっている屈斜路プリンスホテルのご協力により、期間限定パレット会員特別料金を設定していただけることになりましたのでお知らせいたします。

宿泊期間　令和3年10月7日（木）から令和3年11月13日（土）
料　　金　2名1室　1名さま 8,900円（税込）
　　3名1室　〃　8,400円（　〃　）
　　4名1室　〃　7,900円（　〃　）

※　別途入湯税（大人1泊1人あたり150円）がかかります。
※　上記料金は大人1泊夕朝食付き（中学生以上）の料金です。
※　小学生料金はお問い合わせください。
※　食事は基本カフェテリアブッフェとなります。
※　宿泊予約申込みの際にはパレットくしろの会員であることを必ずお申し出ください。
※　宿泊申込みについては2名からのご予約となります。
　2～4名1室利用で、お部屋はツインB、ファミリールームの利用となりますが、お選びいただくことは出来ません。
　1日の宿泊部屋数に限りがあります。
※　助成券、会員2,500円・家族1,500円の宿泊助成券（年度内各1枚）の利用ができます。
（ただし、今年度未利用の方）

屈斜路プリンスホテル　☎015－484－2113

事務局からのお願い！

給付金申請について

給付金申請の際に、振り込み先名義人（結婚による新旧姓）と、金融機関の支店名等の誤りが数件あり、金融機関への再度手続きが発生し、経費負担と給付支給の遅れがありました。給付金振り込み希望の際には、振り込み記載必要事項にお間違えのないようご確認、ご記入よろしくお願いいたします。

共済センターの会費納入について

会費納入をお忘れではございませんか？
万が一納入をお忘れの事業所がありましたら、お早めに納入をしていただきますようお願いたします。

※ 納付書による会費納入をされている事業所には、納付書がなくなったことを事務局にご連絡いただくとすぐに送付いたします。

広　告

通年で働ける職場を募集しています
協議会ホームページで**無料掲載**いたします
求人のお願い
釧路地域通年雇用促進支援協議会
釧路市鳥取南７丁目２番２０号釧路地域職業訓練センター内
ＴＥＬ０１５４－５２－７７４４　ＦＡＸ０１５４－５３－４０３２
協議会ＨＰ　http：//www.kushiro-tsunen.jp/

広告募集中!

約名刺サイズ（1回掲載につき）
一般価格5,000円　会員価格 3,500円（原稿持込）
掲載内容は企業・個人・その他
※ 政治団体・宗教団体・求人広告は除きます。

会員資格（追加加入、退会手続など）の変更届は10月25日が〆切です。　令和3年10月6日発行



パレットくしろ料理教室開催！

今年度もパレット料理教室を、会員と家族（中学生以上）を対象に下記のとおり2回開催いたします。料理初心者でも簡単においしい料理が作れます。是非ともお気軽にご参加下さい。

① 中華料理

開催日時　11月10日（水）18時30分～21時00分
会　　場　釧路市生涯学習センター6F クッキングスタジオ
講　　師　三船昭浩 氏
　（釧路プリンスホテル 株式会社トップオブ釧路 中華調理長）
参 加 料　無料
材 料 費　900円
定　　員　18名（先着順）定員になり次第締めきります。

中華料理講習会メニュー
阿寒ポークと釧路パプリカの回鍋肉
釧根牛乳の杏仁豆腐
朝取り卵の道産きのこの甘酢餡掛け

② 中華料理

開催日時　11月24日（水）18時30分～21時00分
会　　場　釧路市生涯学習センター6F クッキングスタジオ
講　　師　三船昭浩 氏
　（釧路プリンスホテル 株式会社トップオブ釧路 中華調理長）
参 加 料　無料
材 料 費　900円
定　　員　18名（先着順）定員になり次第締めきります。

中華料理講習会メニュー
近郊野菜の上海炒め焼きそば
釧路産タラのピリ辛煮込み
朝取り卵のナメコスープ

上記申込み・その他事項は次ページをご覧下さい。

令和3年10月1日現在の加入事業所数は 365社　　会員数は 3,833人

パレットくしろ料理教室申込み・その他事項について

申 込 み　10月13日（水）～10月28日（木）共済センター窓口か電話でお申込みください。
先着順で定員になり次第締めきります。会員証をご用意のうえお申し込み下さい。

※ 材料費は10月28日（木）まで共済センター事務局に納付して下さい。
※ 支払い済みの材料費は返金できません。（開催中止の場合を除く）
※ 各講座の参加人数が10人に満たない場合は中止とさせていただきます。
※ 4名以上のグループでお申込みの場合（1テーブル3人までとするため）全員が同じテーブルにはなりませんのでご了承下さい。
※ 中学・高校生だけでの参加はできません。
※ エプロン・ふきんを持参していただきます。
※ 入場時の検温、手指消毒にご協力下さい。
※ マスクの着用をお願いいたします。
※ 開催日までの2週間（ワクチン接種済みの方は10日間）の間に、道外への旅行や出張をしてきた方は参加をご遠慮下さい。
※ 当日に発熱（37.5度以上）を確認した場合は参加を中止していただきます。
※ 風邪症状、だるさ・息苦しさ、嗅覚・味覚異常があった場合や、コロナウイルスの感染者との濃厚接触の可能性がある方は参加できません。
※ 事業にご参加いただいた際に事務局で写真等を撮影する場合があります。
画像の一部は本誌、ホームページに掲載する事がありますのであらかじめご了承下さいますようよろしくお願いします。

羽生輝 展

開催期間　10月9日（土）～12月8日（水）
会　　場　北海道立釧路芸術館
販売期間　販売中　完売になり次第終了
入 場 料　パレットで購入400円（一般800円）
販売枚数　一般30枚
開館時間　午前9時30分から午後5時まで
休 館 日　月曜日

※ 会期半ばで、出品作品の一部を展示替えします。
前期：10月9日(土)～11月7日(日)
後期：11月9日(火)～12月8日(水)



上野憲男 展

開催期間　9月28日（火）～11月14日（日）
会　　場　釧路市立美術館
販売期間　販売中　完売になり次第終了
入 場 料　パレットで購入200円
（一般前売り300円 一般当日500円）
販売枚数　一般30枚
開館時間　午前10時00分から午後5時まで
休 館 日　毎週月曜



健康増進事業のご案内



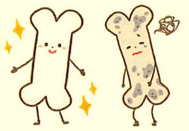
1　日帰り人間ドック（釧路市医師会健診センター）

受　　付　10月22日（金）まで
利用期間　11月1日（月）～1月28日（金）
受付対象　30歳以上の会員のみ
会員料金　35,200円（通常38,500円）
助 成 額　10,000円
会員負担　25,200円
定　　員　20名（定員になり次第受付終了いたします。）

検診項目			
理学的検査・血圧	診察（聴・打診）、問診、 既往歴、 血圧測定	血中脂質	総コレステロール、中性脂肪、HDL－コレステロール、LDL－コレステロール
身体計測	身長、体重、標準体重、 肥満度、体脂肪率、握力、腹囲	腎機能	クレアチニン、尿素窒素
聴力検査	聴力検査（オージオメーター）	痛風	尿酸
心電図	心電図（安静時）	膵機能	血清アミラーゼ
眼科	視力、眼底カメラ、眼圧測定	糖尿病	空腹時血糖、Hb－A1c
放射線検査	胸部X線（正・側）、胃部X線	貧血・血液検査	血清鉄、白血球数、赤血球数、血色素量
超音波検査	腹部超音波検査		ヘマトクリット値、血小板数
肝炎ウイルス検査	HBs抗原（RPHA）、HCV抗体（精密）	炎症反応	CRP（定量）、RAテスト
血清蛋白	血清総蛋白、アルブミン、A／G比	血清反応	RPR（定性）、TPLA（定性）
肝機能検査	総ビリルビン、GOT、GPT、ALP、γ－GTP、LDH、コリンエステラーゼ	尿検査	蛋白（定性）、糖（定性）、潜血（定性）、沈渣
		大腸がん検査	便中ヒトヘモグロビン（二日法）

2　骨粗しょう症検診（釧路市医師会健診センター）

受付期間　10月22日（金）まで
利用期間　1月28日（金）まで
募集定員　20名（定員になり次第受付終了いたします。）
会員及び家族を対象とします。
通常1,000円のところ500円助成
自己負担500円



※ 上記の受付及びご利用方法

1 受付期間に共済センター事務局（電話可）で申し込みをしてください。
2 受付された方は、各自で医師会健診センターに連絡の上、受診日を決めて下さい。
3 助成券を共済センター事務局で事前に受け取り、受診時に提出して下さい。

※ 受診先　釧路市医師会健診センター　錦町2－4　MOO 5F　TEL 25－4774

クリスマスプレゼント！「クリスマスケーキ助成券」

クリスマス事業の一環として、毎年実施しているクリスマスケーキの購入助成券（800円）を今年も先着で350人の皆様へプレゼントいたします。
詳しくは次号共済ニュースでご案内します。

